



Programma

Sabato 6 settembre 2025
Gerra Piano – Monti della Ganna
4ª edizione vertical a cronometro



Caratteristiche:	lunghezza 4.9 km, dislivello solo positivo di 1050m
Iscrizioni:	online sul sito www.performance-timing.ch , iscrizioni con pettorale nominale entro mercoledì 3 settembre 2025. Dal 4 settembre 2025 iscrizioni, anche sul posto, possibili solo se pettorali ancora disponibili. Numero massimo di partecipanti è fissato a 150.
Tassa:	CHF 35.-; CHF 25.- dal 1° maggio 2025 al 31 agosto 2025 e CHF 15.- per iscrizioni fino al 30 aprile 2025. Tassa da saldare online (comprende: rifornimenti, pacco gara e buono pasto).
Partenza:	dalle 14:30 dalla Piazza del Centro di Gerra Piano (per la corsa è vietato l'uso di auricolari). Partenza a cronometro con distacchi di 15 secondi. L'ordine di partenza è definito dall'organizzazione. L'orario di partenza individuale sarà visibile al ritiro pettorali e sul sito www.performance-timing.ch .
Ritiro pettorali:	Piazza del Centro di Gerra Piano dalle 12:30 alle 14:00. Alle categorie U18M+F viene consegnato contro firma da parte di un rappresentante legale della liberatoria all'attività sportiva agonistica.
Premiazione:	in Piazza del Centro di Gerra Piano alle ore 18:30.
Categorie:	uomini: 13-17, 18-19, 20-39, 40-49, 50-59, 60-69, over 70 donne: 13-17, 18-19, 20-39, 40-49, 50-59, over 60 età minima 13 anni (anno di nascita 2012).
Premi:	ai primi 3 di ogni categoria.
Cancello:	tutti gli atleti devono aver superato il cancello in zona Curogna alle ore 16:30.
Trasporto borse all'arrivo:	le borse (max. 5 kg) da trasportare all'arrivo dovranno essere consegnate sul furgone in Piazza del Centro di Gerra Piano entro le 14:15.
Rientro dai Monti della Ganna:	autonomamente a piedi. Chi durante il rientro intralcia i concorrenti in gara verrà squalificato. È proibito l'accesso veicolare ai Monti della Ganna.
Ecologia:	L'abbandono di rifiuti nell'ambiente durante la gara è punito con la squalifica.
Docce:	presso le Scuole comunali di Cugnasco-Gerra, Via Terricciuole 165, Gerra Piano.
Regolamento di gara:	www.cdobikerun.ch
Organizzazione:	Associazione sportiva Casa dell'Ottica bike&run, Via S. Franscini 29, 6600 Locarno
Informazioni:	www.cdobikerun.ch o e-mail a cdobikerun@gmail.com



Regolamento di gara CronoVertical CDO (stato febbraio 2025)



1. La CronoVertical CDO assegna punteggi per la Coppa ASTi BancaStato montagna.
2. **Disposizione generale**
Con l'iscrizione alla gara i partecipanti accettano il presente regolamento.
3. **Dispositivi**
È vietato l'uso di cuffiette, auricolari o altri dispositivi del genere. Il regolamento non prevede un equipaggiamento obbligatorio ma è consigliato un abbigliamento adeguato alla montagna e alle mutevoli condizioni meteo. È permesso l'utilizzo di bastoni. E' proibito una modifica della tipologia di materiale in uso durante la gara.
4. **Accompagnamento**
È vietato partecipare accompagnati lungo il percorso da persone o animali.
5. **Percorso e ristori**
Il percorso è segnalato con nastri, bandierine e cartellonistica. La distanza è segnalata ogni km. Gli incroci con strade veicolari sono pattugliati dall'organizzatore che raccomanda comunque la massima attenzione ai partecipanti. L'organizzazione declina ogni responsabilità per incidenti avvenuti per motivi non attribuibili direttamente all'organizzazione. Sono previsti due ristori, a Curogna e all'arrivo ai Monti della Ganna, Cugnasco-Gerra.
6. **Partecipanti**
La partecipazione alle gare podistiche è aperta ai nati dall'anno 2012 e non è richiesto il tesseramento. Gli atleti possono partecipare come indipendenti o affiliati a una società. Il numero massimo di partecipanti è limitato a 150.
Il pettorale ai partecipanti delle categorie U18M e U18F viene consegnato contro firma da parte di un rappresentante legale della liberatoria all'attività sportiva agonistica.
7. **Ordine di partenza**
L'ordine di partenza è casuale. L'organizzatore stabilisce l'ordine di partenza. I corridori partono ad intervalli di 15 secondi.
8. **Orari**
Ritiro pettorali: dalle 12:30 nella Piazza del Centro di Gerra Piano.
Partenza: dalle ore 14.30 dalla Piazza del Centro di Gerra Piano. L'ordine di partenza è visibile al ritiro del pettorale e sul sito www.performance-timing.ch. I corridori si devono presentare alla partenza almeno 5 minuti prima del proprio orario di partenza.





E' stabilito un cancello orario in zona Curogna alle ore 16.30.
Premiazione: alle 18.30 presso la Piazza del Centro di Gerra Piano.

9. Cronometraggio e pettorale

Il servizio di cronometraggio con polso elettronica sarà effettuato dalla Performance Timing di Locarno. Il pettorale va portato in modo visibile ed è proibita ogni personalizzazione.

10. Categorie e premi

Saranno premiati i primi 3 di ogni categoria, ovvero:

- | | |
|------------------------------|----------------------------|
| • U18M nati nel 2008 o dopo | U18F nate nel 2008 o dopo |
| • U20M nati dal 2006 al 2007 | U20F nate dal 2006 al 2007 |
| • M20 nati dal 1986 al 2005 | F20 nate dal 1986 al 2005 |
| • M40 nati dal 1976 al 1985 | F40 nate dal 1976 al 1985 |
| • M50 nati dal 1966 al 1975 | F50 nate dal 1966 al 1975 |
| • M60 nati dal 1956 al 1965 | F60 nate nel 1965 e prima |
| • M70 nati nel 1955 e prima | |

Per i punteggi della Coppa ASTi BancaStato di montagna fa stato il [Regolamento Coppe ASTi 2025](#).

11. Idoneità fisica

Ogni atleta che partecipa alla gara deve essere cosciente della particolarità della gara e dell'impegno fisico richiesto. Iscrivendosi conferma di essere adeguatamente allenato e idoneo ad affrontare la competizione. Nel contempo scarica gli organizzatori da qualsiasi responsabilità per eventuali danni alla sua salute.

12. Spogliatoi, docce e borse all'arrivo

Dopo la gara sono disponibili spogliatoi e docce presso le Scuole elementari di Cugnasco-Gerra. Le borse con i vestiti di ricambio (max 5 kg) devono essere consegnate al furgone presente alla partenza presso la Piazza del Centro di Gerra Piano entro le 14.15. Potranno essere ritirate all'arrivo.

13. Assicurazione

L'assicurazione è a carico di ogni partecipante, l'organizzatore declina ogni responsabilità per incidenti o furti.

14. Rifiuti

L'abbandono di rifiuti nell'ambiente durante la gara è punito con la squalifica. I bicchieri usati al rifornimento vanno gettati negli appositi spazi segnalati.

15. Fairplay e squalifiche

Un concorrente che spinge, si fa strada a gomitate, taglia la strada oppure ostacola un avversario impedendogli di avanzare può essere squalificato dall'organizzatore. Anche il concorrente che non rispetta il percorso segnalato è punito con la squalifica.





16. Taglio volontario o errore di percorso

Il taglio volontario o l'errore di percorso comportano la squalifica del concorrente, eccetto in caso di comprovato errore di segnalazione del percorso da imputare all'organizzazione oppure se il concorrente in errore, nell'accorgersi dell'infrazione, torna sui suoi passi e riprende il percorso corretto. Le contestazioni vanno comunicate agli organizzatori tempestivamente, al più tardi 30 minuti prima della premiazione, con un deposito di CHF 50.00. Il verdetto finale è a carico degli organizzatori. I concorrenti che utilizzano sistemi di rilevazione satellitare sono tenuti a fornire, in sede di eventuale contestazione, la traccia del percorso effettuato. Il rifiuto comporta la squalifica immediata.

17. Infrazioni

Infrazioni ai regolamenti comportano la squalifica del concorrente.

18. Ricorsi e reclami

Le contestazioni vanno comunicate al responsabile di gara, al più tardi 30 minuti prima della premiazione, con un deposito di CHF 50.00. Gli organizzatori si pronunciano sulle contestazioni in ultima istanza. I concorrenti che utilizzano sistemi di rilevazione satellitare sono tenuti a fornire, in sede di eventuale contestazione, la traccia del percorso effettuato. Il rifiuto comporta la squalifica immediata.

19. Riprese video e/o fotografiche

Durante la manifestazione potranno essere effettuate delle riprese video e/o fotografiche. Le immagini saranno utilizzate liberamente dagli organizzatori a fini pubblicitari o per pubblicazioni. Chi non volesse essere incluso in queste pubblicazioni e non vuole che la propria immagine (in cui sia chiaramente riconoscibile) vengano divulgate, deve annunciarlo all'organizzazione.

20. Trasmissione dati

I dati forniti del partecipante non saranno trasmessi a terzi.

21. Informazioni e dettagli

Per informazioni e dettagli fa stato il programma della gara.

Il Comitato CronoVertical CDO 2025

